

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
О.В.Ворон

Дата 21.08.2025

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		если	сад	если10,5ч	сад10,5ч
21.08.25 Н1Д4	Завтрак: каша жидкая (гречка) диета – каша дружба на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с молоком диета- чай с сахаром	150	180	89	89
	бутерброд с маслом диета- бутерброд с маслом	30/10	45/10	139,7	139,7
	итого калорийность за завтрак			376	382,7
	10-00 сок	100	100	40	42
	обед: салат из свеклы	40	60	40,8	63,7
	суп картофельный с бобовыми	150	200	79,95	106,6
	макаронник с печенью	160	180	338,6	423,5
	компот из ссв. плодов	150	180	84,7	113
	хлеб ржаной	30	33	52,1	61,07
	итого калорийность за обед			596,1	767,9
	Полдник: кондит. изделие	2шт	2шт	139	250,2
	молоко кипячёное диета - чай с сахаром	150	180	85	113
	итого калорийность за полдник			224,8	363,2
	ИТОГО: калорийность за день			1226	1543,8